



Boletín Comunitario

NUESTRA GENTE

ESTUDIANTES DE PLAZA COMUNITARIA VISITAN INSTALACIONES DE MONROE COUNTY COMMUNITY SCHOOL CORPORATION



Varios de los estudiantes de Plaza Comunitaria que están preparándose para presentar el GED visitaron las instalaciones de Monroe County Community School Corporation, Adult Education Program. Allí una de las tutoras de GED les respondió sus inquietudes, les mostró los materiales y les informó las fechas para presentar el exámen.



DIA DE LA SALUD ODONTOLOGICA

El Centro Shalom realizó en días pasados la Feria de la salud dental para los niños. Odontólogos y enfermeras realizaron limpiezas dentales y diagnósticos. Mientras los niños eran aten-



**¿Qué hay en éste
Boletín?**

Enfermeras y odontólogos realizaron limpiezas dentales y diagnósticos. Mientras los niños eran atendidos jugaron con las mascotas y los payasos que fueron otra atracción de esta jornada.



Boletín?

	Página
Deportes	2
En Foco	3
Receta de Cocina	4
Clasificados	6

Si desea que este Boletín le llegue a su casa gratis por favor llame al
812-349 34 65 o
812 349 38 54

DEPORTES

Sección Compilada por Luís Hernandez

Comisión de arbitraje suspende castigo a mexicanos dopados



El castigo de un año apartado del fútbol impuesto a los mexicanos Aarón Galindo y Salvador Carmona ha sido suspendido por la comisión de arbitraje y apelación del deporte mexicano, lo cual ha dado un giro total a la situación de los jugadores.

Galindo y Carmona fueron sancionados por la Federación Mexicana de fútbol ante el resultado positivo de un examen de orina en el cual se detecto rastros de una sustancia prohibida antes de viajar a la Copa Confederaciones. Sin embargo la comisión de arbitraje y apelación de México consideró que la Federación Mexicana no tiene facultad para sancionar a atletas.

Hugo Sánchez recibió multa de 7 mil dólares

Hugo Sánchez, técnico de los Pumas de la UNAM, tendrá que pagar una multa de 7 mil dólares como castigo por haber criticado a los árbitros del fútbol mexicano de manera reiterada en los últimos meses.

La comisión de disciplina de la Federación Mexicana de fútbol le confirmó la sanción a Hugo, antiguo goleador del fútbol español, y dijo que el estratega no fue castigado con más dureza porque sus declaraciones siempre las deja a criterio de los demás.

Molotov 1 millón - Vergara 0

El grupo mexicano Molotov reclamó el lunes al dueño del equipo de las Chivas de Guadalajara, Jorge Vergara, pagar una apuesta de un millón de pesos (poco más de 90.000 dólares) por un partido de fútbol que inicialmente se había estimado en 400.000 pesos (unos 28.000 dólares).

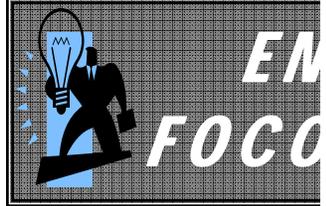
Rincón del Director

Las últimas 6 semanas han sido muy interesantes para mí. Yo entré a este trabajo con la idea de que mi mayor actividad sería la de traducir pero puedo decir que estaba equivocada.

El mundo de los hispanohablantes que viven en Bloomington es complejo. Yo viví en una ciudad muy hispana. Mi papá y los amigos de mi papá solamente hablaban español. Me acuerdo que era difícil para ellos moverse entre los americanos, pero la mayoría de las personas en esa ciudad son bilingües, así que, por donde quiera obtenían ayuda.

Observo que la ayuda en esta ciudad es terriblemente limitada. Además, todo ha cambiando tanto. Estoy sumamente impresionada de los esfuerzos que hacen ustedes por obtener cosas muy básicas como una licencia o cierto tipo de identificación.

Quiero pedirles que sigan viniendo para pedir ayuda de cualquier tipo. Algunas cosas no deben ser tan difíciles. Juntos podremos buscar la manera. Gracias a todos los que han venido a



Uno de los aspectos dependientes somos: un cuestionario de por Alcohólicos Anónimos sinceramente y como tanto depende del

RESPONDA SI

- ¿HA TRATADO ALGUNA VEZ MAS, SIN HABER PODIDO?
- ¿LE FASTIDIAN LOS AMIGOS QUE DEJASEN DE ENTENDERLO?
- ¿HA CAMBIADO DE UN AMIGO A OTRO?
- ¿SE HA TENIDO QUE CAMBIAR DE CUBIERTA?
- ¿TIENEN ENVIDIA DE SU SUÉPERO?
- ¿HA TENIDO ALGUN PROBLEMA EN SU TRABAJO?
- ¿HA CAUSADO SU FORTUNA?
- ¿TRATA USTED DE CONVENCER A LOS OTROS?
- ¿PERSISTE USTED EN SU OPINIÓN AUN CUANDO SIGUE EMBORRACHANDOSE?
- ¿HA FALTADO A SU TRABAJO?
- ¿HA TENIDO LAGUNAS EN SU TRABAJO?
- ¿HA PENSADO QUE LE FALTABA ALGO?

equipo de las Chivas de Guadalajara, Jorge Vergara, pagar una apuesta de un millón de pesos (poco más de 90.000 dólares) por un partido de fútbol que inicialmente se había estimado en 400.000 pesos (unos 39.000 dólares).

La semana pasada, Molotov retó a Vergara a apostar el costo de un concierto en el partido entre Pumas de la UNAM y Chivas de Guadalajara, disputado el domingo pasado y en el que los felinos, del que es fanático el grupo de rock, ganaron 1-0.

El 3 de agosto pasado, Micky Huidobro, vocalista de Molotov, calculó en 400.000 pesos el costo de producción y ganancias de taquilla de uno de sus conciertos, pero ahora el pago lo eleva a un millón de pesos.

De haber perdido los Pumas, Molotov tendría que haber ofrecido un concierto en el estadio Jalisco (oeste), casa de las Chivas, y donar las ganancias a la fundación "Por los niños del Planeta", que presta ayuda alimenticia y médica a niños pobres.

fáciles. Juntos podremos buscar la manera. Gracias a todos los que han venido a visitarme. Aprecio su apoyo.

Atentamente,

Asistente Para Proyectos Especiales
Departamento de Recursos
Comunitarios y Familiares
812-349-3465
velezm@bloomington.in.gov

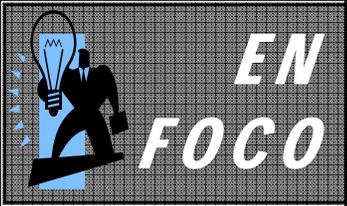


**Si respondió que SI
el alcohol y por lo**

Es importante dirig
juzguen o lo critiq
ya en el proceso qu

AA es una comunidad
leza y esperanza pa
holismo. El único r
No hay que pagar ho
co. AA tiene como o
licos a alcanzar el

En Bloomington uste



¿QUE TAN DEPENDIENTE ES USTED DEL ALCOHOL?

Uno de los aspectos mas difíciles de saber es que tan dependientes somos del alcohol. A continuación incluimos un cuestionario de 12 preguntas que ha sido preparado por Alcohólicos Anónimos. Le sugerimos lo responda muy sinceramente y con las respuestas usted podrá saber que tanto depende del alcohol.



RESPONDA SI O NO A LAS SIGUIENTES PREGUNTAS

- ¿HA TRATADO ALGUNA VEZ DE DEJAR DE BEBER DURANTE UNA SEMANA O MAS, SIN HABER PODIDO CUMPLIR EL PLAZO?
- ¿LE FASTIDIAN LOS CONCEJOS DE OTRAS PERSONAS EN CUANTO A SU FORMA DE BEBER- LE GUSTARIA QUE DEJASEN DE ENTROMETERSE EN SUS ASUNTOS?
- ¿HA CAMBIADO DE UNA CLASE DE BEBIDA A OTRA CON OBJETO DE EVITAR EMBORRACHARSE?
- ¿SE HA TENIDO QUE TOMAR ALGUN TRAGO AL LEVANTARSE POR LA MAÑANA DURANTE ESTE AÑO?
- ¿TIENEN ENVIDIA DE LAS PERSONAS QUE PUEDEN BEBER SIN METERSE EN LIOS?
- ¿HA TENIDO ALGUN PROBLEMA RELACIONADO CON LA BEBIDA DURANTE EL AÑO PASADO?
- ¿HA CAUSADO SU FORMA DE BEBER DIFICULTADES EN CASA?
- ¿TRATA USTED DE CONSEGUIR TRAGOS EXTRAS EN LAS FIESTAS POR TEMOR DE NO TENER SUFICIENTE?
- ¿PERSISTE USTED EN DECIR QUE PUEDE DEJAR DE BEBER EN EL MOMENTO QUE QUIERA, A PESAR DE QUE SIGUE EMBORRACHANDOSE CUANDO NO QUIERE?
- ¿HA FALTADO A SU TRABAJO A LA ESCUELA A CAUSA DE LA BEBIDA?
- ¿HA TENIDO LAGUNAS MENTALES?
- ¿HA PENSADO QUE LLEVARIA UNA VIDA MAJOR SI NO BEBIERA?

INTERPRETACION DEL CUESTIONARIO

- ¿HA PENSADO QUE LLEVARIA UNA VIDA MAJOR SI NO BEBIERA?

INTERPRETACION DEL CUESTIONARIO

Si respondió que SI a cuatro o más preguntas es probable que tenga un problema con el alcohol y por lo tanto debe de hacer algo para corregir esta dependencia.

Es importante dirigirse a quienes lo pueden ayudar, en forma profesional, sin que lo juzguen o lo critiquen. **Alcoholicos Anónimos** es una entidad que lo asesora y lo apoya en el proceso que usted debe iniciar para dejar la bebida.

AA es una comunidad de hombres y mujeres que comparten su mutua experiencia, fortaleza y esperanza para resolver su problema común y ayudarlo a recuperarse del alcoholismo. El único requisito para ser miembro de AA es el deseo de dejar la bebida. No hay que pagar honorarios o cuotas. AA no es una secta, religión o partido político. AA tiene como objetivo primordial "mantenernos sobrios y ayudar a otros alcohólicos a alcanzar el estado de sobriedad".

En Bloomington usted puede llamar a AA al 812-334 8191



CALENDARIO DE ACTIVIDADES

Mes Septiembre

DIA	ACTIVIDAD	LUGAR	HORA	COMENTARIO
1, 6, 7, 8, 12, 13, 14, 15, 16, 19, 20, 21, 22, 26, 27, 28, 29	Plaza Comunitaria	Ivy Tech State College Lunes y miércoles Iglesia San Paul Martes y jueves 7-9pm	6-8pm 7-9pm	Educación para adultos que desean terminar su primaria y secundaria o presentar el GED.
3	Primer sábado de historias bilingües	Biblioteca Pública	10am-12	El Primer sábado del mes te puedes reunir con tus hijos para escuchar historias.
2, 9, 16, 23, 30	Programa Radial Hola Bloomington	WFHB 98.1 y 91.3 108 E. 4 Th St.	6-7pm	Temas de actualidad para la comunidad latina.
21	Diario de Motocicletas	La Casa IU	7:00pm	Es una película sobre motocicletas y quienes las usan.
24	Festival Latino	Dunn Meadow IU	1-6pm	Es organizado por La Casa de IU. En el festival habrá música, baile, diversión y comida.
22-27	Lotus Festival	Centro de la ciudad	Tardes y noches	Conciertos de música internacional en toda la ciudad.
25	Festival Multicultural	Centro de la ciudad, en el patio de la corte.	12:00-5pm	Exposiciones culturales, presentaciones artísticas.



En el boletín anterior remos a preparar unas

De res, de pollo, pavo con niños y adultos

INGLÉS

Hamburguesas de
(para 6 hamburguesas)

- 1 libra de carne
- 1/2 taza de pepino (aproximadamente)
- 1/2 taza de parmesano
- 1/2 cucharadita de especias secas
- 1 taza (4 onzas) de queso
- 6 panes de hamburguesa

Hamburguesas de
Ingredientes (para 2)

- 2 panes de hamburguesa
- 1 pechuga de pollo
- 2 cucharadas de salsa



LLUGAR

Martes y/o jueves



Educación GRATUITA
para adultos en español
Alfabetización,
primaria, secundaria,
GED, Internet



LLUGAR

Martes y/o jueves
7:00 a 9:00 pm
Iglesia San Paul
* guardería para niños

Lunes y/o miércoles
6:00 a 8:00 pm
IVY TECH STATE
COLLEGE



INSCRIBETE!!!
1-30 septiembre
Departamento de
Recursos
Comunitarios y
Familiares
401 N. Morton
Oficina 260
812-349-3465
812-349 3854

Inicio de nueva sesión

6 de Octubre 2005

TU DICCIONARIO

Adicción	Ad De
Alcohol	Al
Embriaguez	In
Bebida	Dr
Programa	Pr



RECETAS DE LA ABUELA

HAMBURGUESAS

En el boletín anterior incluimos algunos consejos para hacer un buen asado. Ahora te enseñaremos a preparar unas ricas hamburguesas.

De res, de pollo, pavo o de cerdo, la hamburguesa es una deliciosa alternativa para disfrutar con niños y adultos.

INGREDIENTES

Hamburguesas de cerdo

(para 6 hamburguesas):

- 1 libra de carne de cerdo
- 1/2 taza de pepperoni picado (aproximadamente 2 onzas)
- 1/2 taza de pan rallado
- 1/2 cucharadita de hojas de orégano secas
- 1 taza (4 onzas) de queso mozzarella
- 6 panes de hamburguesa

Hamburguesas de pollo

Ingredientes (para 2 hamburguesas):

- 2 panes de hamburguesa
- 1 pechuga de pollo
- 2 cucharadas de salsa barbecue

Preparación

Hamburguesa de cerdo

En un recipiente pequeño, bate la carne de cerdo, el pepperoni, el pan rallado y el orégano. Forma las hamburguesas y asa a la parrilla 5 minutos por cada lado o hasta que las hamburguesas no estén de color rosado en el centro. Pon las hamburguesas sobre el pan y pon el queso por encima. Sirve acompañado con zanahoria y apio cortado en pequeños pedazos.

Hamburguesa de Pollo

Abre los panes de hamburguesa. Coloca entre papel encerado la pechuga de pollo cortada en mitades y golpéala por encima hasta que tenga ¼ de pulgada de grosor. Unta la pechuga con la salsa barbecue y asa unos minutos por cada lado hasta que esté bien cocida. Coloca cada mitad de la pechuga sobre una parte del pan. Usa el otro pan como tapa para la hamburguesa.



**TU DICCIONARIO TEMA: ALCOHOLISMO**

Adicción	Addiction/ Dependence	Inscribirse	Enroll
Alcohol	Alcohol	Asistir	To attend
Embriaguez	Intoxication	Efectos	Effect
Bebida	Drink	Ayuda	Help
Programa	Program	Evitar	Avoid

CLASIFICADOS

COMPRA / VENTA

Se vende motor de carro Chevy Cavalier 95. El motor es de 4 cilindros, full inyección. Informes al Tel.824-5228

ALQUILER

Se alquilan apartamentos en Bicycle Apartments. Son apropiados para personas que no tienen vehículo. Se ubican en el centro de Bloomington en la 200 South Madison Street. Interesados contactar a Roseanna Lester al teléfono 812-332-0053

ANUCIATE GRATIS!!!!

Quieres comprar, vender, o arrendar.

**Llame al teléfono
349- 3854**

OPORTUNIDADES

ISAAC SALAZAR

Ofrece los servicios de D'y latino para cualquier tipo de evento social. También ameniza misas especiales como quince años bodas, etc. Llame al 812-339 6399 o al celular 320 50 01

Se necesita:

Persona seria y respetuosa para cuidar de una persona mayor, pero muy independiente. Responsabilidades: preparar el almuerzo y la cena de lunes a viernes, un poco de limpieza. Se requiere aproximadamente 2 horas diarias.

Salario de acuerdo al tiempo que se utilice para realizar responsabilidades.

Contactar a Daniel Soto 334.7809 o 325.4022

Boletín Comunitario

Es una publicación en español del Departamento de Recursos Comunitarios y Familiares de la ciudad de Bloomington. Su objetivo es proveer información en español entre las familias y residentes hispano hablantes sobre servicios, programas y temas de actualidad para facilitar su participación en la comunidad.

Los artículos de opinión que se incluyen en Boletín Comunitario son responsabilidad de su autor. Si usted desea ser voluntario del Boletín Comunitario, tiene alguna sugerencia o desea contribuir información puede comunicarse con nosotros en la siguiente dirección:

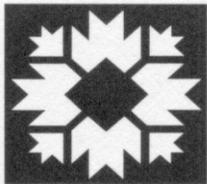
Teresa Velez: Tel. 812-349-3465
Fax : 812-349-3483
velezm@bloomington.in.gov
City Hall Showers 401 N. Morton, Suite 260.

****La fecha de cierre para recibir material es el segundo martes de cada mes****

Consejo Editorial y Colaboradores

Directora:
Editora: Maria Teresa Restrepo
restrepm@bloomington.in.gov
Diseño: Maria Cristina Garza
garzac@bloomington.in.gov

Colaborador del mes: Luis Hernandez.



**Community & Family Resources Department
City of Bloomington
P.O. Box 100
401 North Morton, Suite 260
Bloomington, IN 47402**

